LeMond Fitness Inc.

MANUEL DU PROPRIÉTAIRE

g-force™ RT

LeMond Fitness Inc.
17280 Woodinville-Redmond Road
Building B Suite 888
Woodinville, WA 98072 ÉTATS-UNIS
Téléphone (+1) 425.482.6773
Télécopie : (+1) 425.482.6724

Vous êtes maintenant un client apprécié de LeMond Fitness. Notre équipe s'est engagée à faire de votre activité sur votre vélo une expérience agréable et qui en vaut la peine, en vous offrant des informations détaillées sur le produit, des conseils de mise en forme d'experts et une assistance à la clientèle directe sur laquelle vous pouvez compter. Je tiens à vous remercier d'avoir acheté le vélo à position allongée LeMond **g•force RT**.

Le manuel du propriétaire du **g•force RT** vous aidera à profiter au maximum de votre nouveau vélo à position allongée. Il explique non seulement tout l'équipement principal, les programmes et les aspects concernant la sécurité du **g•force RT**, mais il inclut également des conseils d'exercice et les différents profils de pédalage, y compris comment utiliser nos programmes populaires d'exercice cardiaque. Si à quelque moment que ce soit vous avez des questions concernant ces informations, veuillez nous contacter directement au (425) 482-6773 et nous serons heureux de vous assister. Pour nous aider à vous répondre rapidement, nous vous recommandons d'avoir le numéro de série de votre vélo à portée de main lors de votre appel. Le numéro de série de votre vélo est situé sur la barre avant près du bas du vélo.

Le **g•force RT** a été testé par certains des cyclistes les plus célèbres des États-Unis d'Amérique. Le fondateur de notre société, Greg LeMond, est la force (force g) derrière l'inspiration et la conception de ce remarquable vélo d'intérieur. L'histoire de Greg est celle d'un courage et d'un accomplissement héroïque. En 1986, Greg a été le premier américain à gagner la course la plus longue et la plus astreignante au monde : le Tour de France. Seulement neuf mois après, en avril 1987, il a échappé de peu à la mort après avoir été la victime d'un accident de chasse. Durant une période de rééducation longue et douloureuse, il a défini un objectif que beaucoup considéraient impossible : être une nouvelle fois le vainqueur du Tour de France. En 1989, il a atteint cet objectif et prouvé lors de sa troisième victoire en 1990 qu'il ne s'agissait pas simplement d'un coup de chance.

Athlète légendaire, Greg a introduit de nombreuses innovations dans le cyclisme durant sa carrière. Tout comme les barres aéro, le **g•force RT** sera la nouvelle norme des vélos d'exercice d'intérieur. Le **g•force RT** combine la passion de Greg pour le cyclisme et un produit innovant exceptionnel. Construit pour offrir un exercice de mise en forme incroyable, chaque composant du **g•force RT** a été conçu pour être plus innovant, plus facile à utiliser et plus confortable que n'importe quel autre vélo d'intérieur. Que vous soyez un débutant ou un athlète de haut niveau, vous sentirez immédiatement la différence.

Attrayant et sans fil, vous pouvez positionner le **g•force RT** n'importe où chez vous pour en profiter au maximum. En notant pour commencer le fonctionnement silencieux du **g•force RT** lors de votre exercice, vous découvrirez rapidement que le **g•force RT** vous offre une expérience de cyclisme bien meilleure que n'importe quel autre vélo d'exercice d'intérieur.

Plus de confort

- Hauteur d'enjambement réduite — permet de monter et de descendre facilement du vélo
- Dos du siège en maille adapté au contour — pour une meilleure aération et un support maximum
- Siège rotationnel — permet d'accomoder une variété d'utilisateurs avec leurs préférences personnelles
- Angle d'alignement du siège exclusif — permet de maintenir un positionnement correct des genous tout en réduisant la charge et la fatique sur les quadriceps et en maximisant l'effort musculaire

Plus de fonctions

- Alimentation électrique sans fil — permet de positionner le vélo n'importe où
- Plus de niveau de résistance — de 1 à 20 avec la plage de watts la plus étendue : de 23 à plus de 1 200
- Jusqu'à trois profils utilisateurs enregistrables — permet une configuration rapide pour plusieurs utilisateurs
- Sangles de pédales à cliquet — pour un positionnement du pied plus fiable et plus confortable
- Filetage standard pour différentes options de pédales — s'adapte à toute pédale de cyclisme standard
- Option d'inactivité exclusive — permet de faire une pause jusqu'à deux minutes sans mise hors tension
- Capteurs de fréquence cardiaque par contact — permettent de maximiser l'efficacité de l'exercice grâce à une surveillance de la fréquence cardiaque
- Équipé d'une fréquence cardiaque par télémétrie
- Pas d'étalonnage requis

Programmes d'exercices stimulants

- Onze programmes d'exercices différents — cinq programmes traditionnels et six programmes d'exercice Greg LeMond spécialement conçus pour une variété d'applications de mise en forme
- Programmes traditionnels

  Manuel — Colline — Fréquence cardiaque constante
  Brûleur de graisse — Course
- Programmes de conditionnement et de mise en forme Greg LeMond exclusif de 30 minutes
  - Programmes anaérobiques
    - Rev-It-Up
    - Bust Your Gut
    - Pump the Power
  - Intervalles aérobiques
    - Strong and Steady
    - Peak Power
  - Race Day Warm Up
    - Race Day

Équipement exclusif

- Le siège réglable en instance de brevet vous maintient automatiquement dans la zone de participation musculaire, vous permettant d'impliquer un plus grand nombre de muscles pour obtenir des résulats plus rapidement et plus facilement.
- Le **g•force RT** est si agréable que vous pouvez vous entraîner plus longtemps et plus efficacement que vous ne le pensiez.

Veuillez lire attentivement le reste de ce manuel du propriétaire avant de commencer à utiliser votre nouveau **g•force RT**. Les informations fournies dans ce manuel vous permettront de tirer le meilleur avantage de votre entraînement et incluent des informations concernant le montage, le fonctionnement, l'entretien, la sécurité et le dépannage ainsi que les principes d'un programme d'exercices efficace.

Nous sommes persuadés que vous adorerez votre nouveau **g•force RT**. De la part de Greg et de toute l'équipe de LeMond Fitness, nous vous souhaitons toute une vie d'exercice et de plaisir sur votre vélo.

Table des matières

AVANT DE COMMENCER 6

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES 7

INSTRUCTIONS DE MONTAGE ET D'INSTALLATION 8

CONFIGURATION ET FONCTIONNEMENT DU g•force RT 19

PRINCIPES À SUIVRE POUR UN PROGRAMME D'EXERCICE EFFICACE 24

PROFILS DES PROGRAMMES 27

INSTRUCTIONS D'ENTRETIEN 39

DÉPANNAGE 40

GARANTIE LIMITÉE 42

RÉPARATION DU PRODUIT 44

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES 45

ANNEXE 46

ENREGISTREMENT DE LA GARANTIE 47

Il est toujours important de consulter un médecin pour obtenir un examen physique complet avant de commencer tout programme d'exercices. Après avoir identifié les facteurs de risque éventuels, votre médecin peut vous aider à développer un programme d'exercice établissant la fréquence et l'intensité appropriées pour votre âge et votre état de santé.

Le **g•force RT** est un excellent choix pour les personnes avec surcharge pondérale et en mauvaise forme physique, car il fournit un réglage de siège supérieur et des exigences de pédalage inférieures à ceux de tous les autres vélos à position allongée. Cependant, si vous faites partie de ces personnes, vous devez faire preuve de prudence lorsque vous utilisez cet équipement pour la première fois. Il existe une possibilité de fatigue excessive et de blessures au commencement de tout nouveau programme d'exercice.

ATTENTION : si, à tout moment durant un exercice, vous ressentez une douleur ou une pression dans la poitrine, un rythme cardiaque irrégulier, un souffle court, une faiblesse ou une gêne importante de quelque nature que ce soit, ARRÊTEZ immédiatement l'exercice. Consultez votre médecin avant de continuer votre programme.

Conservez ces instructions

Ce manuel du propriétaire contient toutes les informations nécessaires à l'utilisation du **g•force RT** avec plaisir et en toute sécurité. Veuillez lire et comprendre le contenu du manuel du propriétaire dans sa totalité avant de tenter d'utiliser le **g•force RT**.

- Le **g•force RT** a été conçu pour une utilisation en intérieur uniquement. Choisissez un emplacement dégagé de toute obstruction, y compris murs et meubles. Laissez un écart minimum de 30,5 cm (12 pieds) de chaque côté du vélo.
- La console d'affichage du **g•force RT** utilise quatre piles AA rechargeables au nickel-métal-hydrure (Ni-MH). **Ne les remplacez jamais par des piles alcalines standard.** Ceci endommagerait le circuit électronique et annulerait la garantie.
- La zone autour du vélo doit être dégagée lors de l'utilisation.
- Le **g•force RT** a été conçu pour des utilisateurs entre 147,3 cm (58 in.) et 203,2 cm (80 in.). Les enfants dont la taille est comprise dans ces spécifications doivent être surveillés de près lorsqu'ils utilisent le vélo.
- Les jeunes enfants, les personnes handicapées et les animaux domestiques doivent être tenus à l'écart du **g•force RT** lorsqu'il est utilisé. Les enfants et les animaux en particulier sont attirés par le mouvement répétitif des pédales, et cette curiosité peut entraîner des blessures. Ne laissez ni les enfants ni les animaux domestiques toucher le vélo lorsqu'il est en mouvement.
- Écartez les vêtements peu ajustés, les lacets, les cordons et les serviettes des pédales et des autres pièces en mouvement. Les lacets en particulier peuvent se prendre dans le mécanisme des pédales et causer un inconfort ou des blessures graves.
- Ne placez pas les doigts ou tout autre objet dans les pièces en mouvement de l'équipement.
- N'insérez ni ne faites jamais tomber un objet dans une ouverture.
- Ne tournez jamais les manivelles des pédales à la main. Pour éviter l'enchevêtrement et les blessures personnelles, les mains ou les bras ne doivent jamais être exposés au mécanisme d'entraînement.
- Portez toujours des chaussures appropriées sur le **g•force RT**.
- Utilisez le **g•force RT** uniquement de la façon décrite dans ce manuel. Les accessoires et les modifications non recommandées par le fabricant annuleront la garantie.
- Ne tentez pas de retirer les panneaux latéraux du **g•force RT**. L'entretien doit être effectué par un prestataire de services agréé. Veuillez appeler le département d'assistance à la clientèle de LeMond Fitness au (+1) 425.482.6773 du lundi au vendredi, entre 7 h et 17 h (heure du Pacifique) pour obtenir de l'aide.
- N'utilisez pas le **g•force RT** à proximité d'aérosols ou d'appareils à oxygène.
- La capacité maximum du **g•force RT** est de 136,4 kg (300 lbs).

Tout l'équipement fabriqué par LeMond Fitness, Inc. a été entièrement inspecté par l'usine de fabrication avant la livraison. Une installation adéquate et un entretien régulier du **g•force RT** est requise pour garantir la sécurité des opérateurs.

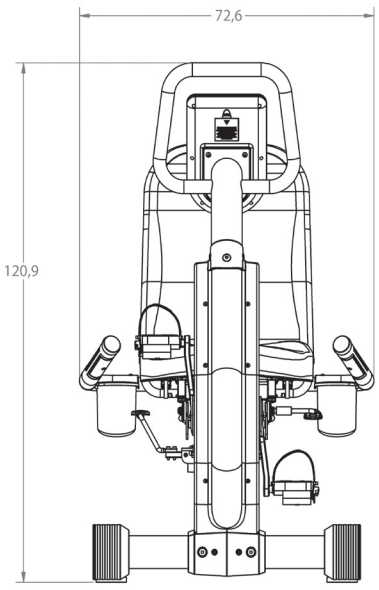
3.1 Emplacement

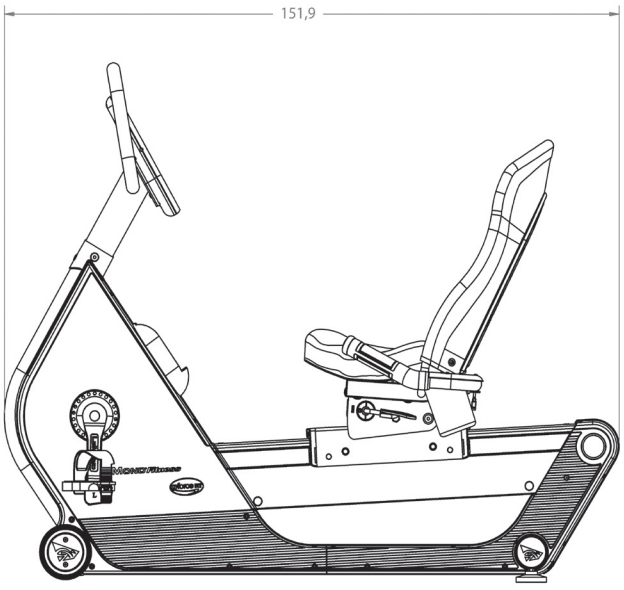
Pour votre confort, choisissez un emplacement adapté pour votre nouveau vélo à position allongée. Le **g•force RT** a été conçu pour être un ajout discret et agréable à votre intérieur. Un profil plus réduit et un mécanisme d'entraînement plus silencieux que ceux des autres vélos à position allongée permettent au vélo d'être placé et utilisé presque n'importe où avec une perturbation minimum. Assurez-vous que l'emplacement choisi offre suffisamment de place à l'équipement lorsqu'il est utilisé. Les dimensions physiques du vélo assemblé sont indiquées ci-dessous.

Choisissez un emplacement confortable et agréable qui vous encouragera à atteindre vos objectifs de mise en forme. Un lieu frais et sec vous permettra de mieux apprécier votre entraînement et prolongera la durée de vie du **g•force RT**.

Dimensions du vélo de mise en forme à position allongée g•force RT

Dimensions physiques		
Longueur	151,9 cm	(54.8 in)
Largeur	72,6 cm	(28.6 in.)
Hauteur	120,9 cm	(47.6 in.)
Poids	70,9 kg	(156 lbs)



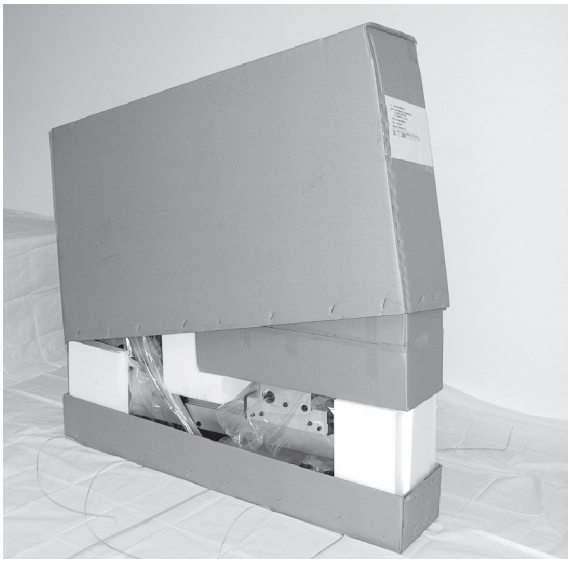


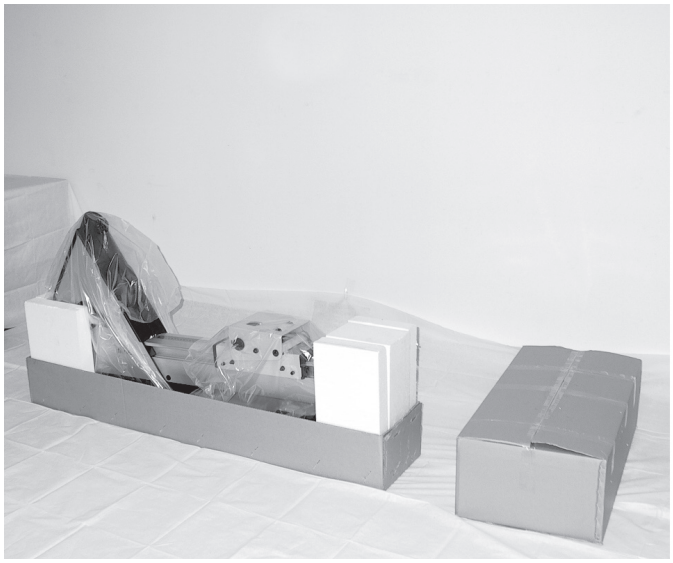
3.2 Préparation

Suivez ces instructions détaillées pour assembler rapidement votre vélo et vous serez prêt à commencer votre nouveau programme de mise en forme. **Le non-respect de ces simples instructions annule la garantie et peut entraîner des blessures !**

Le **g•force RT** est livré dans un carton unique. Déballez le carton à l'endroit où le vélo doit être assemblé et utilisé. Coupez les attaches et retirez les agrafes du bord inférieur, puis retirez la partie supérieur du carton. Le carton contient deux boîtes séparées et le corps du vélo.

Retirez la boîte en carton et le matériel d'emballage autour du corps du vélo. Déballez la boîte et inspectez chaque pièce avec soin pour déceler tout dommage qui aurait pu avoir lieu durant le transport. Contactez immédiatement le transporteur si un dommage a été constaté. Veuillez contacter le département d'assistance à la clientèle de LeMond Fitness au (+1) 425.482.6773 du lundi au vendredi, entre 7 h et 17 h (heure du Pacifique) pour reporter tout dommage qui a eu lieu durant le transport.





3.3 Pièces

Contenu de la grande boîte en carton

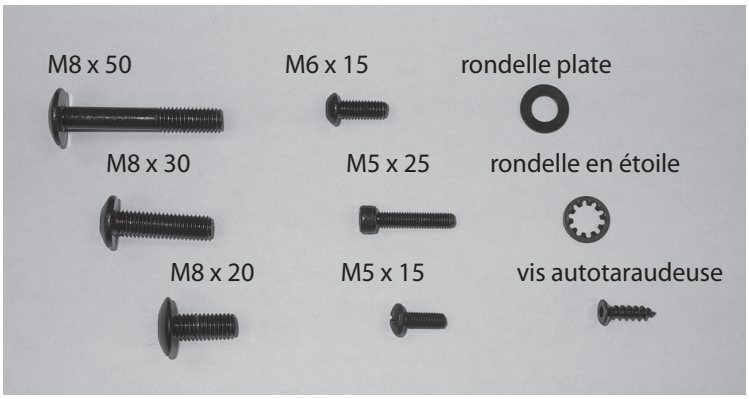
Description des pièces	Quantité
Sac en plastique avec outils, visserie et instructions	1
Stabilisateur avant avec une roue attachée	1
Roue avant	1
Chapeau de roue avant	1
Stabilisateur arrière avec un pied attaché	1
Pied de mise à niveau arrière	1
Cadre du siège	1
Socle du siège	1
Guidon	1
Mât de la console	1
Pédales	2
Porte-bouteilles	2

Contenu de la petite boîte en carton

Description des pièces	Quantité
Console d'affichage	1

3.4 Outils et visserie

Tous les outils et la visserie requis pour l'assemblage de votre **g•force RT** sont inclus dans un sachet en plastique dans la grande boîte de l'emballage principal.



Liste des outils et de la visserie

Référence	Description	Quantité
SA10525	Vis M5 x 25	2
SC10830	Vis M8 x 30	4
SC10615	Vis M6 x 15	4
SC10515	Vis M5 x 15	4
SC10820	Vis M8 x 20	9
SC10850	Vis M8 x 50	4
SL20515	vis auto-taraudeuse	2
W108016	rondelle plate	2
W308008	rondelle en étoile	17
70390	poignée de réglage avant/arrière du siège	1
70392	poignée de réglage de l'angle du siège	1
70670	clé hexagonale de 2,5 mm	1
70669	clé hexagonale de 3 mm	1
70668	clé hexagonale de 4 mm	1
70667	clé hexagonale de 6 mm	1
70671	clé de pédale	1

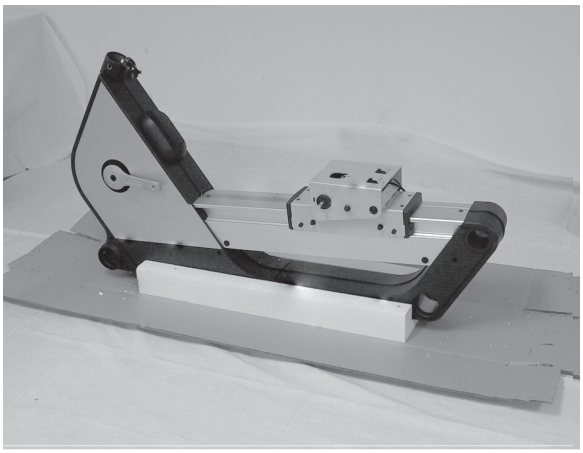
3.5 Assemblage du vélo

Le numéro de série unique de votre **g•force RT** est situé sur la barre avant et près du bas du vélo. Prenez un moment pour le trouver et le noter.

Notez le numéro de série dans la case ci-dessous ainsi que dans la section ENTRETIEN DU PRODUIT. L'accès facile au numéro de série nous aidera à mieux vous aider en cas de nécessité.

NOTEZ LE NUMÉRO DE SÉRIE DANS LA CASE CI-DESSOUS

3.5.1 Corps



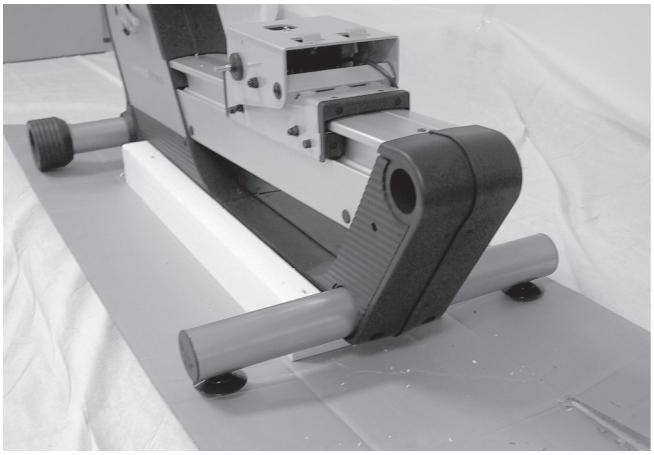
1. Repliez les côtés de la base du carton et retirez le matériel d'emballage autour du vélo.
2. Laissez le corps du vélo sur la base du carton jusqu'à que l'assemblage soit terminé.

ATTENTION : retirez complètement les agrafes pour éviter les blessures.

3.5.2 Stabilisateur avant

1. Repérez le stabilisateur avant et la roue non attachée. Le stabilisateur avant a déjà une roue attachée.
2. Glissez le stabilisateur avant en place à l'avant du cadre du corps par le **côté gauche**. Faites tourner le stabilisteur jusqu'à ce que la vis de réglage soit placée dans l'encoche d'alignement. Ceci permet d'aligner les trous des vis de fixation du corps et le stabilisateur avant. Veillez à ne pas déloger le manchon en plastique du côté opposé de la barre. Si le manchon est délogé, retirez le stabilisateur, replacez le manchon et réinstallez le stabilisateur.
3. Fixez le stabilisateur avant en glissant les rondelles en étoile sur chaque vis M8 x 30 (2) et en serrant avec la clé hexagonale de 6 mm.
4. Glissez la roue avant restante sur l'extrémité du stabilisateur avant et fixez le chapeau de roue. Utilisez les broches d'alignement en tant que guide pour installer correctement le chapeau de roue.
5. Fixez le chapeau de roue à la roue avec (2) vis autotaraudeuses et serrez avec la clé de 3 mm.

3.5.3 Stabilisateur arrière



1. Repérez le stabilisateur arrière et les pieds de mise à niveau.
2. Glissez le stabilisateur arrière en place à l'arrière du cadre du corps par le **côté droit** et tournez-le jusqu'à ce que la vis de réglage soit positionnée sur l'encoche d'alignement. Comme pour le stabilisateur arrière, veillez à ne pas déloger le manchon en plastique.
3. Alignez les trous des vis de fixation du corps et le stabilisateur arrière. Fixez le stabilisateur arrière en glissant les rondelles en étoile sur chaque vis M8 x 30 (2) et en serrant avec la clé hexagonale de 6 mm.
4. Attachez le pied de mise à niveau sur le stabilisateur en le vissant en dessous du stabilisateur arrière. Supposez d'abord que votre sol est de niveau et installez chaque pied contre le stabilisateur arrière.

3.5.4 Console d'affichage

Fixation du mât de la console au vélo

1. Avant d'installer le mât de la console sur le corps du vélo, repérez les (2) fils en haut du tube avant du corps du vélo. Faites passer les fils par le tube et par le trou en haut du mât de la console.
2. Insérez le mât de la console dans le tube avant du corps en prenant soin d'aligner les trous des vis du mât avec le corps du vélo et le manchon en plastique.
3. Fixez le mât de la console au corps du vélo en glissant les rondelles en étoile sur chacune des (3) vis M8 x 20 et en serrant avec la clé hexagonale de 6 mm.

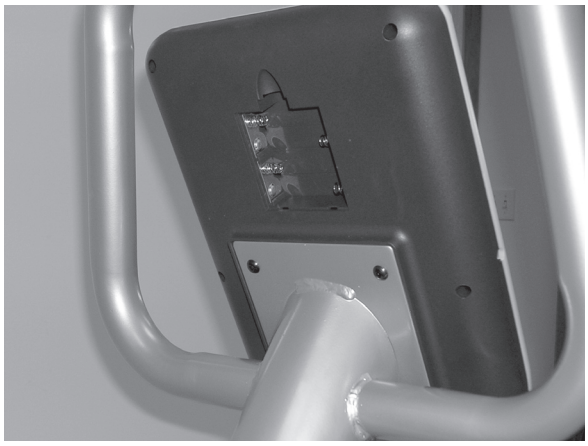
Fixation de la console d'affichage au mât de la console

Installation des piles

ATTENTION : n'utilisez jamais de piles alcalines standard. Ceci endommagerait les pièces électroniques et annulerait la garantie.

La console d'affichage du **g•force RT** est alimentée par (4) piles AA rechargeables au nickel-métal-hydrure (Ni-MH) incluses. Vous fournissez la puissance permettant de recharger les piles simplement en pédalant et en utilisant votre vélo.

1. Retirez le couvercle du compartiment des piles à l'arrière de l'affichage en appuyant sur la languette, puis en relevant le couvercle. Une illustration au bas du compartiment des piles indique le positionnement correct des piles.
2. Placez les piles dans le compartiment comme indiqué sur l'illustration. Insérez d'abord l'extrémité négative, puis poussez délicatement l'extrémité positive en place.
3. Replacez le couvercle du compartiment des piles.

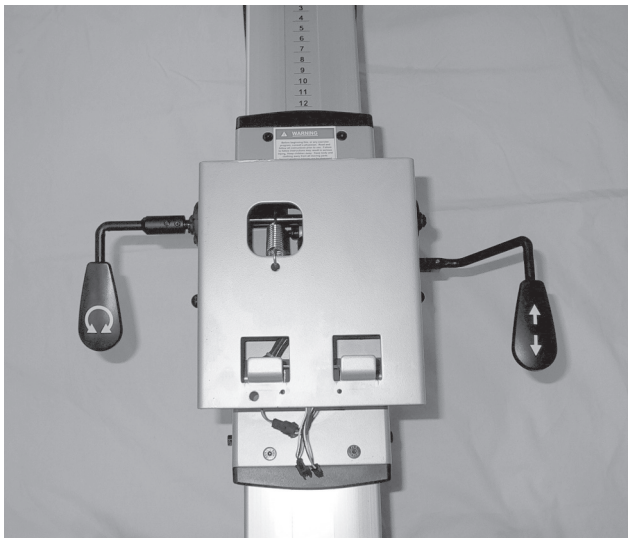


Remarque : *les piles ne sont pas complètement chargées lorsque le vélo est livré. Vous devez pédaler au moins 1 heure pour charger complètement les piles.*

Fixation de la console d'affichage

1. Branchez les fils du mât de la console aux fils à l'arrière de la console d'affichage.
2. Une fois branchés, faites passer délicatement les fils dans le mât de la console jusqu'à ce que la console puisse reposer contre la plate-forme. La plate-forme du mât de la console doit passer complètement dans la section rainurée à l'arrière de la console d'affichage.
3. Attachez la console d'affichage au mât avec (4) vis M5 x 15 et serrez avec la clé hexagonale de 3 mm.

3.5.5 Siège

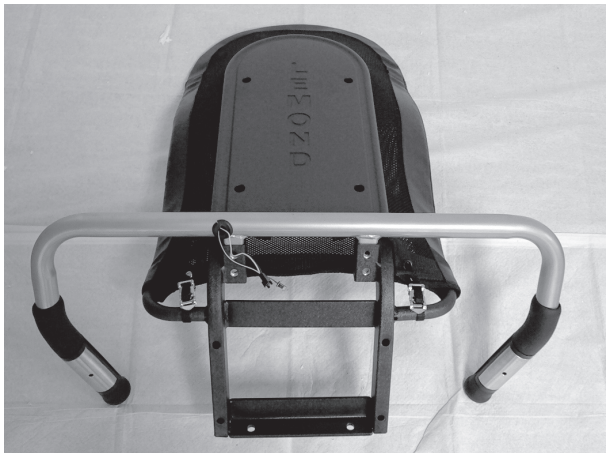


Fixation des poignées de réglage au support du siège

1. Repérez les poignées de réglage du siège. Elles se trouvent dans le sachet en plastique contenant les outils et la visserie.
2. La poignée la plus courte en forme de L est fixée au côté gauche du vélo et commande le réglage de l'angle du siège. Faites glisser la poignée sur le montant du côté gauche du support du siège de sorte que les vis entrent en contact avec la partie plate du montant. Serrez les (2) vis de réglage en haut de la poignée avec la clé hexagonale de 2,5 mm.
3. La poignée la plus longue commande le réglage avant/arrière du siège et est située sur le côté droit du vélo. Alignez les (2) trous de la poignée avec les (2) trous sur le côté droit du support du siège. Attachez la poignée avec (2) vis M5 x 25 et serrez avec la clé hexagonale de 3 mm.

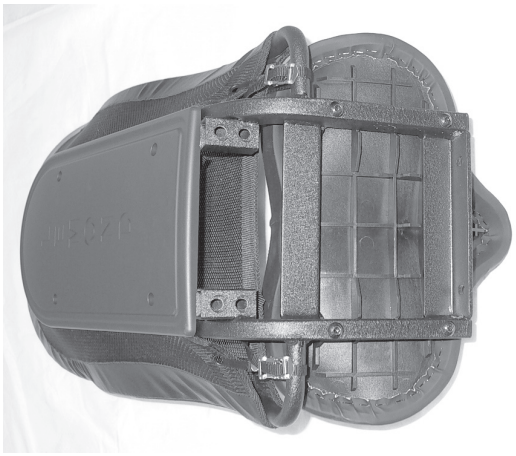
Fixation du guidon au siège

Attachez le guidon au siège avant d'attacher le siège au corps du vélo.



1. Retournez le siège de sorte que les rails et le dos du siège touchent le sol.
2. Insérez le guidon dans le siège avec les trous dans le guidon face vers le haut et alignés avec les trous dans le support du siège.
3. Fixez le guidon au siège en glissant (4) rondelles en étoile sur chacune des (4) vis M8 x 20 et en serrant avec la clé hexagonale de 6 mm.

Fixation de la selle au siège



1. Placez le bas du siège sur les rails du siège.
2. Fixez le bas du siège au siège en glissant (4) rondelles en étoile sur chacune des (4) vis M8 x 50 et en serrant avec la clé hexagonale de 6 mm.

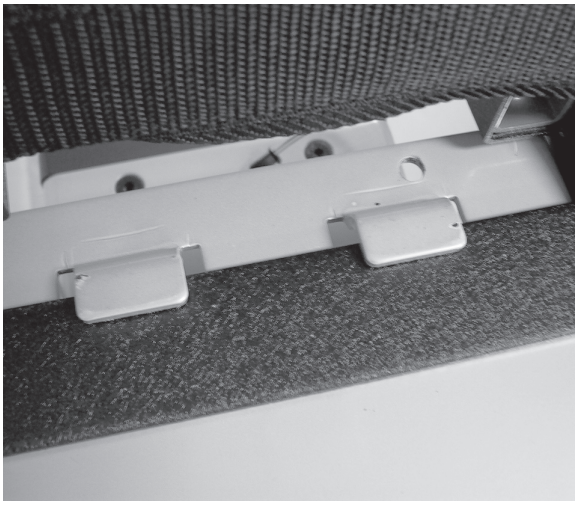
Fixation du siège au corps

Remarque : *installez le guidon et le bas du siège avant d'attacher le siège au corps du vélo.*

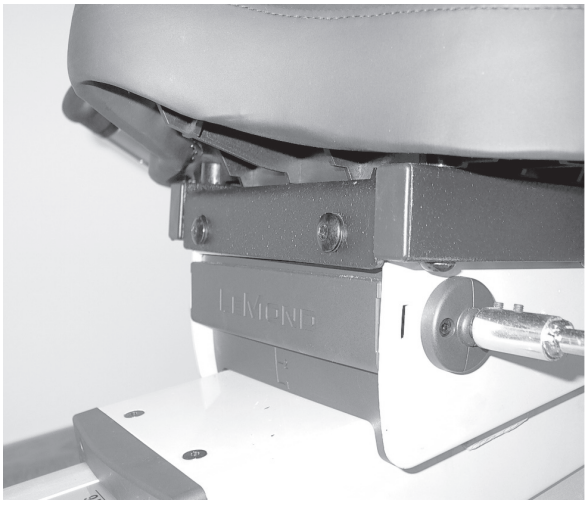
1. Repérez les deux languettes sur la surface supérieure du support du siège situé sur le rail d'alignement du siège sur le corps du vélo.
2. Sous le siège se trouve une barre qui court sur toute la largeur du siège. Accrochez les languettes du support du siège sur la barre du siège. **(A)**

ATTENTION : veillez à ne pas pincer le câblage des poignées de saisie de la fréquence cardiaque lors de la fixation du siège au support du siège.

3. Abaissez le siège sur le support et alignez les trous à l'avant du siège avec ceux du support. **(B)**
4. Fixez le siège au support en glissant (2) rondelles plates et (2) rondelles en étoile sur chacune des (2) vis M8 x 20 et en serrant avec la clé hexagonale de 6 mm.

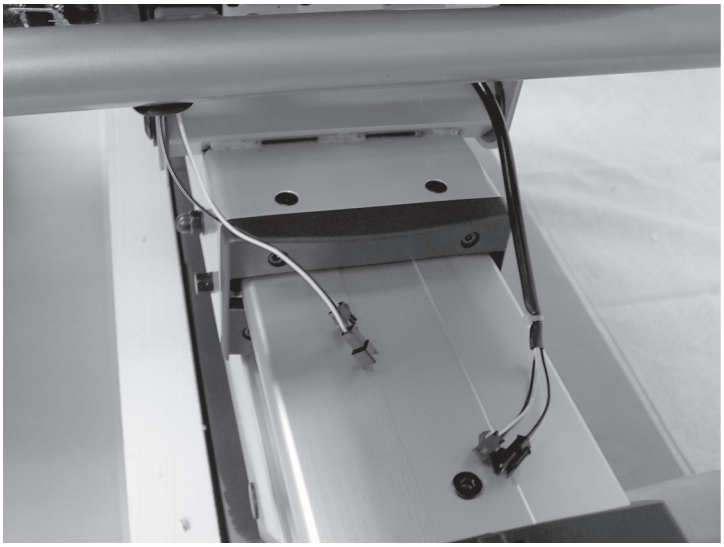


A



B

Branchement des fils pour les poignées de fréquence cardiaque



Une fois le siège fixé au support du siège, branchez les deux fils du guidon aux fils correspondant sur le support du siège.

Le branchement de chaque fil est différent. Il n'y a qu'une seule bonne façon d'effectuer le branchement. N'essayez pas de forcer le branchement.

3.5.6 Pédales

Remarque : *toutes les pédales du vélo ont un côté droit et un côté gauche désigné. Le côté des pédales est marqué sur la pédale même.*

L'orientation droite ou gauche du vélo se détermine comme si vous étiez assis(e) sur le vélo. Il est important d'attacher chaque pédale à la manivelle correspondante, car le filetage de la pédale et de la manivelle gauches est inversé. Les pédales gauches ont toujours un filetage inversé pour que la pédale se serre au lieu de se desserrer lors du pédalage.

ATTENTION : une tentative d'installation des pédales du mauvais côté endommagerait la pédale et la manivelle.

Fixation des pédales aux bras de manivelle

1. Avant d'attacher les pédales aux manivelles, appliquez de la graisse universelle sur les filetages de chaque pédale. Les pédales qui ne sont pas suffisamment lubrifiées émettent souvent un grincement ou un cliquetis à chaque rotation de pédale, ce qui devient ennuyeux à la longue.
2. Attachez la pédale gauche (marquée L) à la manivelle gauche. Serrez avec la clé de pédale dans le sens ANTI-HORAIRE.
3. Attachez la pédale droite (marquée R) à la manivelle droite. Serrez avec la clé de pédale dans le sens HORAIRE.

Les manivelles du **g•force RT** ont des filetages de 9/16-20, rendant le vélo compatible avec tous les systèmes de pédales standard, y compris les pédales d'intérieur à côté double de LeMond®.

3.5.7 Porte-bouteilles

1. Placez un porte-bouteille dans chaque coude du guidon. Les porte-bouteilles sont marqués gauche (L) et droite (R) en dessous.
2. Attachez les porte-bouteilles avec (4) vis M6 x 15 et serrez-les avec la clé hexagonale de 4 mm.

3.6 Mise à niveau du g•force RT

Maintenant que le vélo est complètement monté, relevez avec précaution l'arrière du vélo et faites-le rouler à son emplacement final.

Vérifiez la stabilité du vélo en tentant de le faire basculer latéralement. Si le vélo balance ou vacille, il doit être mis à niveau. Un vélo correctement mis à niveau fournira un pédalage plus stable et plus confortable.

Les deux pieds du stabilisateur arrière peuvent être réglés pour compenser les sols irréguliers. Pour mettre le vélo à niveau, relevez ou abaissez simplement les deux pieds de mise à niveau en les vissant vers l'intérieur ou vers l'extérieur selon le besoin.

4.1 Vélo

Prenez un moment pour apprendre à ajuster correctement votre **g•force RT** pour vous entraîner de façon plus agréable. La conception du **g•force RT** offre un réglage du siège supérieur à tous les autres vélos à position allongée sur le marché. Utilisez pleinement cette caractéristique pour un confort et une efficacité maximum. Utiliser le vélo dans une position incorrect peut entraîner un inconfort inutile et augmenter le risque de blessures.

4.1.1 Réglage du siège

Pour trouver la position qui vous convient le mieux, asseyez-vous sur le siège et placez la partie antérieure de la plante du pied au centre de la pédale. Votre genou doit rester légèrement courbé lorsque la pédale est à la position la plus éloignée de vous. Vous devez pouvoir effectuer la rotation complète de la pédale sans bloquer le genou et sans trop déplacer votre poids latéralement.

Réglage de la position avant/arrière

Le **g•force RT** est conçu pour être utilisé par des adultes de 147,3 cm (58 in.) à 203,2 cm (80 in.). Le rail du siège comporte 23 positions de verrouillage.

1. Placez la pédale en position avant. Asseyez-vous confortablement sur le siège avec la partie antérieure de la plante du pied au centre de la pédale.
2. Si le genou est bloqué, déplacez le siège vers l'avant. Si le genou est trop plié, déplacez le siège vers l'arrière.
3. Pour déplacer le siège, tirez simplement sur la poignée du côté DROIT, adjacente au siège. Avec la poignée tirée vers le haut, glissez le siège vers l'avant ou vers l'arrière à la position correcte jusqu'à ce qu'il s'enclenche en position.
4. Relâchez la poignée pour qu'elle retourne à sa position de départ.

Réglage de l'angle du siège

Le réglage de l'angle du siège est une caractéristique exclusive du **g•force RT**. Ce réglage vous permet de trouver la position de pédalage la plus confortable à votre type de corps. Il vous offre également (5) positions de pédalage pour un ajustement en finesse qu'aucun autre vélo à position allongée ne vous offre. Un positionnement correct sur le vélo permet d'éviter les blessures dues à une utilisation intensive et vous permet d'atteindre vos objectifs de mise en forme.

1. Pour incliner l'angle du siège, faites simplement tourner la poignée du côté GAUCHE, adjacente au siège.
2. Tout en tenant la poignée vers le haut, réglez l'inclinaison du siège en inclinant votre poids vers l'avant ou vers l'arrière jusqu'à ce que vous trouviez la position de pédalage la plus confortable.
3. Après avoir établi l'angle optimal du siège, relâchez la poignée pour qu'elle retourne à sa position de départ.

Remarque : *une fois que vous avez trouvé la position d'angle du siège la plus confortable, il peut être nécessaire de régler de nouveau la position avant/arrière du siège. N'oubliez pas que vos genoux ne doivent pas se bloquer lorsque la pédale est à la position la plus en avant.*

4.1.2 Positionnement des pieds

Pour pédaler le plus efficacement possible, la partie antérieure de la plante du pied doit être placée au centre de la pédale. Ceci peut sembler gênant ou forcé au début, mais cette position améliorera l'efficacité de votre entraînement. Rapidement, cette position commencera à être confortable. Évitez de pédaler avec la voûte plantaire centrée sur la pédale. Bien que cette position puisse sembler confortable, la voûte du pied offre moins de support que la partie antérieure. Le pédalage sur de longues distances ou de longue durée avec la pédale centrée sur la voûte plantaire peut provoquer des douleurs inutiles et entraîner des blessures plus importantes.

Une fois que vous êtes mieux familiarisé(e) avec votre nouveau vélo, vous pouvez opter pour un système de pédales sans sangles tel que les pédales d'intérieur à côté double de LeMond®. Ce type de pédale a longtemps été utilisé par les professionnels et les amateurs sérieux pour maximiser l'efficacité du pédalage et maintenir le pied dans une bonne position.

4.1.3 Réglage des sangles des pédales

Les sangles du **g•force RT** sont conçues pour vous permettre de régler la pédale à la taille de votre pied. Ces pédales incluent des attaches de verrouillage à ressort pour un réglage facile. Suivez les étapes ci-dessous pour régler les sangles de sorte que votre pied ne glisse pas sur la pédale ou hors de la pédale.

1. Placez la partie antérieure de la plante de votre pied au centre de pédale et sous la sangle.
2. Faites tourner les pédales jusqu'à ce que l'un de vos pieds soit à la position la plus proche de vous.
3. Pour serrer la sangle, tirez simplement l'extrémité de la sangle vers le bas jusqu'à ce qu'elle soit bien serrée sur votre chaussure. Assurez-vous que la sangle est bien fixée sans qu'elle soit trop serrée ou exerce une pression inconfortable sur votre pied.
4. Répétez ces étapes pour l'autre pied.
5. Pour desserrer la sangle, appuyez sur le haut de l'attache fixant la sangle et tirez la sangle vers le haut. Relâchez l'attache pour verrouiller la sangle en place.

Maintenant que vous avez établi une position de pédalage confortable, prenez quelques minutes pour utiliser le vélo et vous assurer que la position est confortable. Commencez à pédaler lentement avec le bout de vos pieds et vos genous pointant droit devant. Tenez légèrement les poignées dans une position vous permettant de relaxer vos épaules et le haut du corps. Pédalez tranquillement à faible résistance jusqu'à ce que vous soyez sûr(e) que votre position restera confortable pour toute la durée de votre exercice.

4.2 Console d'affichage

La console d'affichage du **g•force RT** a deux fonctions : vous permettre de sélectionner les fonctions du vélo, et vous fournir les informations concernant vos progrès lors de votre exercice en cours.

Remarque : *appuyez toujours légèrement sur les touches de la console. N'appuyez jamais sur les touches avec autre chose que vos doigts. Les objets pointus tels que stylos à pointe bille, clés ou outils peuvent endommager la surface de la console et sont considérés comme une utilisation abusive dans le cadre de la garantie.*

4.2.1 Caractéristiques de la console d'affichage

Puissance : pour allumer ou éteindre la console d'affichage. Vous pouvez mettre la console d'affichage en marche en appuyant sur la touche POWER, mais la façon la plus simple de mettre la console en marche consiste à pédaler.

Démarrage rapide : cette touche permet de n'entrer aucune information et de démarrer un programme avec les paramètres par défaut.

Remarque : *cette fonction ne peut pas être utilisée avec le programme Constant HR (Fréquence cardiaque constante). Les données de l'utilisateur sont requises pour établir votre fréquence cardiaque cible.*

Stop : cette touche est uniquement efficace lorsqu'un PROGRAMME DÉFINI est en cours. Appuyez une fois sur la touche STOP pour interrompre le programme. Pour redémarrer le programme là où vous vous êtes arrêté(e), appuyez simplement sur ENTER. Appuyez deux fois sur STOP pour terminer le programme et l'AFFICHAGE DES MESSAGES indique les données accumulées durant l'exercice. Appuyez trois fois sur la touche STP pour revenir à l'invite de sélection d'un exercice SELECT WORKOUT.

Enter : appuyez sur cette touche lorsque l'AFFICHAGE DES MESSAGES vous demande de saisir les valeurs telles que la durée ou le poids. Appuyez sur ENTER pour confirmer la valeur choisie et passer à l'étape suivante de configuration du programme.

Back : utilisez cette touche pour revenir à l'écran précédent sur l'AFFICHAGE DES MESSAGES.

Touches +/- : ces touches ont deux fonctions. Lors de la configuration d'un programme, les TOUCHES +/- servent à augmenter ou à réduire les valeurs telles que le poids ou l'âge. Lorsqu'un programme défini est en cours, les TOUCHES +/- sont utilisées pour réduire ou augmenter la résistance.

Touche + : lors de la configuration d'un programme ou d'un profil, utilisez cette touche pour augmenter une valeur numérique. Lorsqu'un programme défini est en cours, utilisez cette touche pour augmenter le niveau de résistance et la difficulté de l'exercice.

Touche - : lors de la configuration d'un programme ou d'un profil, utilisez cette touche pour réduire une valeur numérique. Lorsqu'un programme défini est en cours, utilisez cette touche pour réduire le niveau de résistance et la difficulté de l'exercice.

Remarque : *vous pouvez appuyer de façon répétée sur ces touches et simplement appuyer sur la touche sans relâcher jusqu'à ce que la valeur souhaitée s'affiche sur l'AFFICHAGE DU PROFIL.*

Affichage des messages : cet affichage à cristaux liquides vous guide parmi les étapes de configuration des profils utilisateurs et des exercices des programmes. Répondez simplement aux invites qui s'affichent sur l'écran pour commencer l'un des onzes PROGRAMMES DÉFINIS.

Affichage du profil : cet écran à matrice DEL 10 x 16 a deux fonctions.

Lors de la configuration d'un programme, l'AFFICHAGE DU PROFIL indique les valeurs telles que l'âge et le poids, qu'il vous sera demandé de modifier. Utilisez les touches + ou - pour augmenter ou réduire la valeur par défaut illustrée dans l'AFFICHAGE DU PROFIL.

Une fois qu'un programme a commencé, l'AFFICHAGE DU PROFIL montre les progrès au cours de l'exercice en indiquant les segments de l'exercice que vous êtes sur le point de terminer ou que vous avez déjà terminés. Il montre également le niveau de résistance de chaque segment.

Chaque colonne dans l'AFFICHAGE DU PROFIL représente un segment spécifique de l'exercice. Votre progrès est représenté par la colonne clignotante. Chaque colonne représente le niveau de résistance de ce segment. Il y 20 niveaux de résistance dans le **g•force RT**. Chaque rangée de l'AFFICHAGE DU PROFIL représente deux niveaux de résistance. Une rangée faiblement éclairée indique que vous vous trouvez sur la résistance la plus facile des deux à ce niveau.

Affichage des informations de retour : ces affichages vous montrent les informations physiologiques telles que la fréquence cardiaque et les calories dépensées ainsi que les informations physiques telles que la durée de l'exercice et le nombre de milles que vous avez parcourus dans votre salle à manger.

Distance/fréquence cardiaque (HR) : bascule entre les valeurs de DISTANCE et de FRÉQUENCE CARDIAQUE (HR).

Distance : la DISTANCE totale parcourue en milles.

HR (fréquence cardiaque) : la FRÉQUENCE CARDIAQUE détectée en battements par minute. La FRÉQUENCE CARDIAQUE est détectée en tenant les poignées de fréquence cardiaque des deux mains ou en portant une ceinture thoracique de mesure de la fréquence cardiaque.

Remarque : *la fonction de fréquence cardiaque du* **g•force RT** *est uniquement destinée à être une aide à l'exercice. Divers facteurs peuvent affecter la précision des résultats de votre fréquence cardiaque. La fonction de fréquence cardiaque du* **g•force RT** n*e doit pas être considérée ou utilisée comme un appareil médical.*

Durée (Time)/tours par minutes (RPM) : bascule entre les valeurs de DURÉE et de TOURS PAR MINUTES (RPM).

Durée : la DURÉE restante de votre exercice. Indiquée en minutes:secondes.

RPM (Tours par minutes) : enregistre la vitesse des pédales en tours par minutes (RPM).

kCal/Watts : bascule entre les valeurs kCAL et WATTS.

kCal : le nombre approximatif de CALORIES brûlées depuis le début de l'exercice.

Watts : la puissance approximative dépensée lors du pédalage.

Remarque : *les WATTS représentent une mesure de la charge de travail. Elle est affectée par la résistance et la vitesse de pédalage. Une résistance et un taux de pédalage supérieurs augmentent le nombre de WATTS dépensés. Cette information est utilisée pour évaluer votre progrès sur la durée. Au fur et à mesure de vos progrès, la dépense en WATTS d'un programme donné doit réduire.*

Programmes définis : une variété de programmes vous permettant de varier votre entraînement et de le rendre intéressant, y compris certains exercices préférés de Greg LeMond (situé dans le Programme d'entraînement LeMond) qu'il utilise pour la préparation à la course qui se trouvent dans le programme d'ENTRAÎNEMENT LEMOND.

1 **Manuel**
2 **Colline**
3 **Brûleur de graisse**
4 **Course**
5 **Fréquence cardiaque constante**
6 **Entraînement LeMond**
   - **Rev-it-Up**
   - **Pump the Power**
   - **Bust your Gut**
   - **Strong & Steady**
   - **Peak Power**
   - **Race Day**

Profil 1, 2, 3 : permet à un maximum de trois utilisateurs de programmer leurs informations personnelles à utiliser lors des programmes d'exercice. Ces informations sont les données nécessaires pour calculer avec précision les informations de retour telles que la dépense calorique et la mesure en watts.

Souvent, la partie la plus difficile, mais la plus importante d'un programme d'exercice est simplement de commencer. En achetant le **g•force RT**, vous avez déjà atteint ce que beaucoup tentent encore de faire : s'engager à mener une vie plus épanouissante en y incluant un programme d'activités physiques.

Félicitations pour cette première étape vers un futur plus sain et plus satisfaisant.

Conseils d'entretien

- Utilisez toujours un chiffon en coton doux avec un nettoyant non abrasif ou un détergent doux dilué pour le nettoyage extérieur du vélo.
- N'utilisez jamais d'ammoniaque, de solvants à base d'acide ou de pétrole sur le vélo, car ceci pourrait endommager son fini.

Calendrier d'entretien préventif

Chaque jour

- Avant chaque utilisation, veillez à ce que la zone autour du vélo soit libre d'obstacles et d'encombrements pouvant interférer avec la rotation des pédales.
- Après chaque utilisation, essuyez les surfaces du **g•force RT** pour ôter la transpiration et l'humidité.
- Essuyez la surface de la console d'affichage avec un chiffon en coton doux légèrement humide. Évitez de trop humidifier la console d'affichage. Maintenez la console d'affichage sans trace de doigts et sans transpiration pour allonger sa durée de vie.

Régulièrement

- Nettoyez complètement le cadre du vélo.
- Nettoyez le haut des sangles, les plateaux d'accessoires, la selle et le dossier du siège ainsi que la console d'affichage.
- Vérifiez que les pédales sont bien serrées et inspectez les deux pédales et les sanges pour déceler les signes d'usure.
- Inspectez tous les boulons de fixation pour vous assurer qu'ils ne sont pas usés et suffisamment serrés.

Déplacement du g•force RT

Pour déplacer le vélo, relevez-le simplement par l'arrière et poussez-le lentement à l'emplacement désiré.

Déplacez le vélo avec prudence. Le g•force RT est bien construit, et la stabilité que vous ressentez lorsque vous êtes sur le vélo est due à son poids substantiel. Utilisez des précautions et une aide supplémentaire si nécessaire pour déplacer le vélo.

Le **g•force RT** a été spécialement conçu pour être facile à utiliser, fiable et sans entretien. Cependant, certains problèmes communs peuvent se présenter. Ceux-ci sont décrits dans le guide de DÉPANNAGE suivant. Si les symptômes ne sont pas résolus après avoir consulté cette section, veuillez contacter le département d'assistance à la clientèle de LeMond Fitness au (+1) 425.482.6773 du lundi au vendredi, de 7 h à 17 h, heure du Pacifique, pour obtenir de l'assistance.

PROBLÈME : La console d'affichage ne s'allume pas.

SOLUTION : Si le vélo n'a pas été utilisé pendant une longue durée, les piles peuvent être déchargées et la console ne s'allume pas lorsque la touche POWER est enfoncée. Commencez à pédaler pour allumer la console et recharger les piles.

SOLUTION : Si l'affichage de la console est faible une fois que vous avez commencé à pédaler, appuyez sur la clé d'alimentation pour mettre la console d'affichage en marche.

SOLUTION : Si l'éclairage de la console reste faible ou ne s'allume pas après que les remèdes précédents aient été tentés, il peut être nécessaire de remplacer les piles rechargeables. La durée de vie des piles rechargeables dépend de la fréquence et du type d'utilisation ainsi que de la différence entre les marques. Le **g•force RT** requiert des piles AA rechargeables au nickel-métal-hydrure. Ne les remplacez jamais par des piles alcalines standard. Ceci endommagerait le circuit électronique et annulerait la garantie.

PROBLÈME : Le signal de fréquence cardiaque n'est pas affiché sur la console ou il est erratique ou inconsistant.

SOLUTION : Si une ceinture thoracique est utilisée :

Assurez-vous que la ceinture thoracique est bien installée. Lorsqu'elle est bien installée, les électrodes en caoutchouc sont à plat contre la peau.

Les électrodes doivent être suffisamment humides avant que la fréquence cardiaque puisse être détectée par la console. Retirer la ceinture thoracique et mouiller de nouveau les électrodes permet souvent de résoudre le problème.

S'assurer que le transmetteur de la ceinture thoracique est situé à 1 mètre (3 pieds) maximum de la console d'affichage.

La ceinture thoracique émet un faible signal radio détecté par la console du **g•force RT**. Les interférences avec d'autres ondes sonores ou radio telles que téléviseurs, lecteurs de DVD, téléphones portables, ordinateurs ou haut-parleurs peuvent provoquer des résultats erratiques. Éloigner le vélo de ces sources d'interférence peut éliminer le problème.

Un autre transmetteur de fréquence cardiaque situé dans un écart de 1 mètre (3 pieds) peut causer des résultats de fréquence cardiaque erronés.

SOLUTION : Si les poignées de capteur de fréquence cardiaques sont utilisées :

Assurez-vous que le branchement des poignées est correct. Consultez le Guide de montage pour les instructions de branchement spécifiques.

Saisissez les poignées du capteur de fréquence cardiaque des deux mains en appliquant une pression ferme et régulière.

Souvenez-vos que les poignées ne donnent pas toujours un résultat précis, en partie en raison des différences biologiques entre chaque utilisateur. La fréquence cardiaque peut être affectées par les huiles corporelles, le métal des bijoux et des vêtements ainsi que par les interférences électriques.

PROBLÈME : Le vélo émet des cliquetis.

SOLUTION : Cela peut paraître idiot, mais le problème vient souvent de lacets ou de sangles heurtant les couvercles latéraux du vélo.

SOLUTION : Mais vous dites que ce n'est pas les lacets. Retirez les pédales des bras de manivelles en utilisant la clé à pédale fournie avec le vélo. Appliquez de la graisse universelle sur les filetages des pédales, puis attachez et serrez les pédales sans oublier que le filetage de la pédale gauche est inversé.

PROBLÈME : Le vélo balance ou oscille lorsqu'il est utilisé.

SOLUTION : Assurez-vous que le vélo est de niveau à son emplacement. Il ne doit ni balancer ni osciller lorsqu'il est utilisé. Faites les réglages nécessaires avec le pied de mise à niveau situé sur le stabilisateur arrière. Voir le Guide de montage pour les instructions de mise à niveau spécifiques.

LeMond Fitness garantit que toutes les pièces du **g•force RT** sont exemptes de vices de main-d'œuvre et de fabrication. LeMond Fitness réparera ou remplacera les pièces ou l'équipement défectueux conformément aux conditions indiquées ci-dessous. La couverture de garantie commence à la date de l'achat initial et est destinée à l'acheteur d'origine.

Garantie limitée pour utilisation résidentielle :

CADRE et MANIVELLES	À VIE
FREIN ÉLECTRONIQUE	5 ANS
COMPOSANTS ÉLECTRIQUES	2 ANS
PIÈCES – sangles de pédales, selle, . dossier de siège, surface de la console, etc	2 ANS

Garantie limitée pour utilisation commerciale légère :

CADRE et MANIVELLES	10 ANS
FREIN ÉLECTRONIQUE	2 ANS
COMPOSANTS ÉLECTRIQUES	1 AN
PIÈCES – sangles de pédales, selle, dossier de siège, surface de la console, etc.	6 MOIS

Exclusions :

1. Frais de main-d'œuvre associés.
2. Piles.
3. Usure normale.
4. Tous dommages et toutes défaillances ou pertes causés par un montage et une installation incorrects.
5. Tout dommage du tissu du siège et toute défaillance du dossier du siège dus à une utilisation abusive ou incorrecte.
6. Tous dommages et toutes défaillances ou pertes causés par un accident, une négligence, un entretien incorrect ou le non-respect des instructions et des avertissements contenus dans ce manuel du propriétaire.
7. Une utilisation du produit non conforme à celle pour laquelle il a été conçu.
8. Une utilisation du produit autre que dans un cadre résidentiel, sauf indication contraire dans le manuel du propriétaire.

Remarque : *cette garantie limitée s'applique uniquement au coût des réparations et des pièces de rechange et n'inclut pas les frais de main-d'œuvre et de livraison.*

Limitations :

LeMond Fitness Inc. n'émet et n'assume aucune autre responsabilité, expresse ou implicite, quant à la vente, la réparation ou l'expédition de nos produits et n'autorise aucun représentant ou autre personne à le faire en son nom. Nous nous réservons le droit d'apporter des modifications et des améliorations à nos produits sans obligation de modifier de façon similaire les produits déjà achetés. Afin de maintenir la garantie de votre produit et d'assurer un fonctionnement sûr et efficace de votre vélo, seules des pièces de rechange autorisées doivent être utilisées. Cette garantie est annulée si des pièces autres que celles fournies par LeMond Fitness sont utilisées.

CETTE GARANTIE LIMITÉE REMPLACE TOUTES LES AUTRES GARANTIES EXPRESSES OU IMPLICITES ET TOUTE AUTRE OBLIGATION OU RESPONSABILITÉ DE LA PART DE LEMOND FITNESS. LEMOND FITNESS NE PEUT EN AUCUN CAS ÊTRE TENUE RESPONSABLE EN VERTU DE CETTE GARANTIE LIMITÉE POUR TOUTE PERTE, TOUS DOMMAGES ET FRAIS ACCESSOIRES OU INDIRECTS EN CONNEXION AVEC LES PRODUITS DE MISE EN FORME.

Toute garantie implicite est limitée dans la durée à la période couverte par cette garantie limitée. Certaints états ne permettent pas d'exclusions ou de limitations de garanties implicites pour dommages accessoires ou indirects. En conséquence, les limitations et exclusions ci-dessus peuvent ne pas s'appliquer à vous.

Réclamations :

Les réparations sous garantie peuvent être obtenues en contactant le représentant agréé LeMond Fitness auprès duquel vous avez effectué l'achat ou en contactant LeMondFitness du lundi au vendredi, entre 7 h et 17 h, heure du Pacifique.

LeMond Fitness Customer Service
17280 Woodinville-Redmond Road
Building B, Suite 888
Woodinville, WA 98072 ÉTATS-UNIS

Téléphone : (+1) 425.482.6773
Télécopie : (+1) 425.482.6724
Courrier électronique : service@LeMondfitness.com
www.LeMondfitness.com

Pour soumettre une réclamation en garantie, LeMond Fitness requiert une preuve d'achat et le numéro de série de l'équipement en question.

LeMond Fitness peut à sa discrétion réparer ou remplacer le produit défectueux sans frais. La livraison du produit en direction et en provenance de LeMond Fitness relève de la responsabilité exclusive de l'acheteur.

La plupart des problèmes communs peuvent être résolus en consultant les sections INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT ou DÉPANNAGE de ce manuel. Si les problèmes ne sont pas traités ou résolus après avoir consulté ces sections, veuillez contacter le département d'assistance à la clientèle de LeMond Fitness au (+1) 425.482.6773 du lundi au vendredi, de 7 h à 17 h, heure du Pacifique, pour obtenir de l'assistance.

NOTEZ LE NUMÉRO DE SÉRIE DANS LA CASE CI-DESSOUS

LeMond Fitness Customer Service
17280 Woodinville-Redmond Road
Building B, Suite 888
Woodinville, WA 98072 ÉTATS-UNIS

Téléphone : (+1) 425.482.6773
Télécopie : (+1) 425.482.6724
Courrier électronique : service@LeMondfitness.com
www.LeMondfitness.com

Utilisation prévue : résidentielle ou commerciale légère.

L'utilisation commerciale légère est définie de la façon suivante : toute application pour laquelle l'équipement est utilisé pendant moins de 4 heures par jour.

Poids maximum de l'utilisateur : 136 kg (300 lbs.)

Plage de hauteur de l'utilisateur : 147,3 cm (58 in.) à 203,2 cm (80 in.)

Plage de charge de travail : 23 – 365 watts à 70 tr/mn avec un maximum de 1 200 watts (en fonction de la vitesse)

Exigences électriques externes : aucune. Le **g•force RT** est un produit sans fil.

Piles : l'affichage de la console est alimenté par (4) piles AA rechargeables au nickel-métal-hydrure (NiMH).

Système de contrôle de la fréquence cardiaque : les poigénes du capteur de fréquence cardiaque sont situées sur le guidon, adjacentes au siège. Les dispositifs de fréquence cardiaque par télémétrie sont également pris en charge.

Dimensions physiques :

Longueur :	152,4 cm	(60 in.)
Hauteur :	77,7 cm	(29 in.)
Largeur :	121,9 cm	(48 in.)

Poids : 70,9 kg (156 lbs.)

Dimensions à la livraison :

Longueur :	167,6 cm	(66 in.)
Hauteur :	34,3 cm	(13,5 in.)
Largeur :	96,5 cm	(38 in.)

Poids : 79,5 kg (175 lbs.)

Règlement de la FCC

Cet équipement a été testé et déclaré conforme aux limitations prévues pour les appareils numériques de classe B, définies par l'article 14 du règlement de la FCC. Conformément au règlement de la FCC, le fonctionnement de cet équipement est sujet aux principes suivants :

1. Cet appareil ne doit pas causer d'interférences néfastes.
2. Cet appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris celles pouvant causer un fonctionnement non souhaité.

Le **g•force RT** utilise, génère et peut irradier une énergie de radiofréquence. Si cet équipement n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions fournies dans ce manuel du propriétaire, des interférences avec les communications radio peuvent avoir lieu. Le but du règlement concernant les appareils de classe B de la FCC est de fournir une protection raisonnable contre les interférences lors d'une installation résidentielle. Cependant, aucune garantie n'existe quant à l'absence d'interférence dans une installation particulière. Si votre installation cause des interférences avec la réception d'une radio, d'un téléviseur ou d'un autre équipement électronique, coupez l'alimentation du **g•force RT** pour vérifier qu'il est bien la source de l'interférence. Dans ce cas, tentez de corriger l'interférence en prenant les mesures suivantes :

- Repositionnez l'unité pour augmenter la distance entre le **g•force RT** et l'équipement électronique touché.
- Réorientez ou repositionnez l'antenne de réception de votre téléviseur, radio ou autre équipement électronique à proximité.
- Consultez le service à la clientèle de LeMond Fitness, votre revendeur agréé ou un technicien de radio/télévision qualifié pour obtenir de l'aide.

Ce produit a également été testé et est certifié conforme aux normes suivantes :

- CAN/CSA 22.2 No 68
- UL 1647
- ASTM F1250
- ASTM F2276
- EN 957-1
- EN 957-5
- EM 60335-1

Il a également été testé selon les normes américaines, canadiennes et européennes pour :

- Les émissions rayonnées
- L'immunité aux rayonnements
- L'immunité à l'électricité statique

ENREGISTREMENT DE LA GARANTIE

VEUILLEZ REMPLIR ET RENVOYER POUR ENREGISTRER VOTRE PRODUIT EN GARANTIE.

Merci d'avoir acheté un **g•force RT**. Vous venez d'acheter l'appareil de mise en forme le plus élaboré et le plus avancé technologiquement. Pour valider la garantie du produit, l'utilisateur principal du produit doit fournir les informations suivantes et les renvoyer à LeMond Fitness dans les 60 jours suivant la date de l'installation de l'équipement.

NOM DE L'ACHETEUR _____

ADRESSE _____

VILLE _____ ÉTAT _____ CODE POSTAL _____ PAYS _____

TÉLÉPHONE ( ) _____ TÉLÉCOPIE ( ) _____

❑ Veuillez m'envoyer des offres spéciales, des conseils de mise en forme opportuns et des informations concernant la santé*

*COURRIER ÉLECTRONIQUE _____

POINT D'ACHAT _____

VILLE _____ ÉTAT _____ CODE POSTAL _____

N° DE SÉRIE _____

N° DE MODÈLE _____

SIGNATURE _____

DATE DE L'ACHAT _____

Envoyez à :

LeMond Fitness Inc.
17280 Woodinville-Redmond Road
Building B Suite 888
Woodinville, WA 98072 États-Unis
Téléphone : (+1) 425.482.6773
Télécopie : (+1) 425.482. 6724

LeMond Fitness Inc.
17280 Woodinville-Redmond Road
Building B Suite 888
Woodinville, WA 98072 ÉTATS-UNIS
www.Lemondfitness.com
Téléphone : (+1) 425.482.6773
Télécopie : (+1) 425.482.6724

Document n° 300205, Rév. B